

LAPORAN PENELITIAN  
PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH  
TERHADAP NYERI SENDI PADA LANSIA  
DI BPSTW ABIYOSO PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA



NI MADE GANGGA AYU SARI

NPM 202123074

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH  
YOGYAKARTA

2025

**LAPORAN PENELITIAN**

PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH  
TERHADAP NYERI SENDI PADA LANSIA  
DI BPSTW ABIYOSO PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA



NI MADE GANGGA AYU SARI

NPM 202123074

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH  
TERHADAP NYERI SENDI PADA LANSIA  
DI BPSTW ABIYOSO PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA

Disusun Oleh :

Ni Made Gangga Ayu Sari

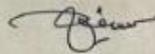
NPM 202123074

Laporan Penelitian Ini Telah Diperiksa dan Dipertahankan dihadapan Tim Penguji

Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta, 25 Agustus 2025

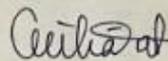
Pembimbing I,



Paulus Subiyanto, M.Kep.,Sp.K.M.B., Ph.D.

NIK 199410004

Pembimbing II,



Ns. Cecilia Indri Kurniasari, M.Kep., Sp.Kep.J

NIK 202250001

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Gangga Ayu Sari

NPM : 202123074

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa studi kasus dengan judul:

**“Pengaruh Kompres Parutan Jahe Merah Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Di Bpstw Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta”**

Yang telah saya laksanakan selama 6 bulan dari tanggal Maret 2025 sampai Agustus 2025 seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah. Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 21 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



Ni Made Gangga Ayu Sari

**SKRIPSI**  
**PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH**  
**TERHADAP NYERI SENDI PADA LANSIA**  
**DI BPSTW ABIYOSO PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA**

Disusun Oleh  
Ni Made Gangga Ayu Sari  
202123074

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih  
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan  
Pada Tanggal 18 Agustus 2025

Mengesahkan,  
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji :

Ketua : Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., PhD NS .....

Anggota : 1. Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.K.M.B., Ph.D.....

Anggota : 2. Ns. Cecilia Indri Kurniasari, M.Kep., Sp.Kep.J.....

## HALAMAN MOTTO

“Bangunlah, siap-siap untuk bertempur dan merebut ke-mashyurann kalahkanlah musuhmu dan menikmati kerajaan yang mak-mur”

(Bhagavad Gita 11.33)

“Kau bangun untuk bertaruh hari belum selesai biasa saja kamu tak apa bilas muka, gosok gigi, evaluasi, tidur sejenak menemui esok pagi walau pedihku bersamamu kali ini, ku masih ingin melihatmu esok hari”

( Hindia, Evaluasi )

“Bisakah kita tetap memberi walau tak suci? bisakah terus mengobati walau membiru?, cukup besar tuk mengampuni tuk mengasihi tanpa memperhitungkan masa yang lalu walau kering, bisakah kita tetap membasuh?”

( Hindia, Membasuh )

“Perang telah usai, aku bisa pulang

Kubaringkan panah dan berteriak MENANG!”

( Nadin Amizah, Di Akhir Perang )

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan rasa syukur saya haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya memperoleh kesempatan dan kekuatan untuk menyelesaikan laporan penelitian skripsi ini dengan baik, tuntas, dan sesuai waktu yang telah direncanakan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana. Meskipun laporan ini masih memiliki keterbatasan, saya merasa bangga dapat mencapai tahap ini dan menuntaskannya dengan usaha terbaik yang saya miliki.

Laporan penelitian skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Ida Sang Hyang Widhi yang senantiasa menyertai, menguatkan, dan melimpahkan berkat di setiap langkah sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik, lancar, dan tuntas.
2. Karya sederhana ini saya persembahkan dengan penuh cinta dan rasa hormat kepada Bapak I Made Mustapa Darma dan Ibu tercinta Ni Nengah Sutarmiasih. Terima kasih atas kasih sayang, doa yang tak pernah putus, nasihat yang membimbing, serta pengorbanan tanpa pamrih yang telah mengiringi setiap langkah saya. Segala jerih payah Bapak, kerja keras, dan keteguhan hati ini terinspirasi dari keteladanan Bapak dan Ibu. Semoga setiap halaman dalam karya ini menjadi bukti kecil dari rasa terima kasih yang tak ternilai.
3. Terima kasih kepada kakakku tercinta Gangga Prastita Sari, adikku tersayang Komang Satyam Paramjhoty, Siluh Gede Diah, keponakanku tersayang Ni Putu Divija Aiswarya dan Ni Putu Gauri Ananda Dewi, serta bibik tercinta Ketut Murtini, dan paman saya Ketut Yudayana, yang telah memberikan doa, dukungan moral, serta dukungan materil. Kehadiran dan kasih sayang kalian menjadi sumber kekuatan dan penghibur di tengah lelah, hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

4. Terima kasih kepada Komang Aldi Prayogi, yang selalu hadir memberikan dukungan, doa dan semangat tanpa henti. Terima kasih atas pengertian, kesabaran, dan telah menguatkan saya di setiap proses penyusunan skripsi ini, terimakasih atas setiap bantuan yang diberikan mulai dari bantuan kecil hingga besar. Terimakasih selalu menguatkan saya dalam segala hal serta terimakasih atas cinta yang selalu diberikan kepada saya setiap harinya. Terimakasih selalu membantu saya ketika saya mengalami kesusahan
5. Terima kasih kepada Bapak Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.K.M.B., Ph.D., dan Ibu Ns. Cecilia Indri Kurniasari, M.Kep., Sp.Kep.J., selaku pembimbing yang telah berkenan meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu yang berharga, juga atas semangat dan doa yang selalu diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah berjuang hingga detik ini, bertahan menghadapi segala tantangan, dan menyelesaikan skripsi ini dengan penuh rasa tanggung jawab, sehingga laporan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Terima kasih kepada Mak Beti yang melalui tayangan di *youtube* selalu berhasil menghibur dan membuat saya tertawa, menjadi pelepas penat di saat jenuh mengerjakan skripsi
8. Saya berterima kasih kepada lagu-lagu Hindia, Nadin Amizah dan Idgitaf yang telah menjadi pengiring setia dalam perjalanan menyelesaikan skripsi ini.
9. Terima kasih kepada teman-teman saya yang selalu mau membantu dan selalu saya repotkan Ketut Pina, Olin, dan Niluh yang senantiasa membantu, memberikan dukungan dan selalu mau direpotkan oleh saya, serta kepada teman-teman di kost Pondok Soeryo yang selalu memberikan motivasi, semangat, dan dukungan dalam berbagai bentuk. Kehadiran dan perhatian kalian menjadi bagian berharga dalam perjalanan ini.

## INTISARI

|                |   |
|----------------|---|
| Nama           | : Ni Made Gangga Ayu Sari   |
| NIM            | : 202123074   |
| Judul          | : Pengaruh Kompres Parutan Jahe Merah Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia di BPSTW Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta |
| Tanggal ujian  | : 18 Agustus 2025   |
| Pembimbing     | : Paulus Subiyanto, M.Kep.,Sp.K.M.B., Ph.D.<br>Ns. Cecilia Indri Kurniasari, M.Kep., Sp.Kep.J                   |
| Jumlah Pustaka | : 89 ( 2012-2025 )  |
| Jumlah halaman | : XV, 71 halaman, lampiran  |

Nyeri sendi akibat *osteoarthritis* sering dialami lansia dan berdampak pada penurunan kualitas hidup. Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki prevalensi nyeri sendi yang cukup tinggi seiring proporsi lansia yang besar. Terapi farmakologis kerap digunakan, namun berisiko efek samping bila jangka panjang, sehingga diperlukan alternatif non-obat yang aman, efektif, dan mudah diterapkan. Salah satu pilihan terapi komplementer kompres parutan jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) yang mengandung *gingerol* dan *shogaol* dengan sifat antiinflamasi, analgesik yang diaplikasikan menggunakan *warm water zack*. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh kompres parutan jahe merah terhadap nyeri sendi pada lansia di BPSTW Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta. Desain penelitian menggunakan *pra-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest* pada 25 lansia yang dipilih melalui *total sampling*. Tingkat nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Kompres dilakukan dengan parutan jahe merah yang dikukus 15 menit, lalu diaplikasikan pada sendi nyeri sekali sehari selama 3 hari berturut-turut selama 10 menit. Hasil analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan penurunan nyeri signifikan ( $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ ) dengan rata-rata penurunan 2,64 poin. Kesimpulan penelitian ini adalah kompres parutan jahe merah efektif menurunkan nyeri sendi pada lansia, sehingga dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer yang mudah dilakukan, aman, dan minim efek samping, baik di fasilitas pelayanan kesehatan maupun perawatan mandiri di rumah.

Kata kunci: jahe merah, nyeri sendi, lansia, kompres herbal.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan laporan penelitian berjudul Pengaruh Kompres Parutan Jahe Merah terhadap Nyeri Sendi pada Lansia di BPSTW Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta. Saya berharap laporan penelitian ini dapat memberikan wawasan serta gambaran yang bermanfaat bagi pembaca maupun penulis, khususnya terkait efektivitas kompres parutan jahe merah dalam mengurangi nyeri sendi pada lansia.

Dalam proses penyusunan proposal dan laporan penelitian ini, saya memperoleh bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, saya menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi, termasuk BPSTW Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta yang telah memberikan masukan dan dukungan dalam kelancaran proses penelitian ini.

Dalam proses penyusunan proposal penelitian ini saya dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak. Maka dari itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta yang telah memberi wadah bagi mahasiswa untuk mengenyam Pendidikan
2. Paulus Subiyanto, M.Kep.,Sp.K.M.B., Ph.D. selaku dosen pembimbing yang telah dengan penuh kesediaan meluangkan waktu, tenaga, dan pemikiran dalam memberikan bimbingan kepada saya selama proses penyusunan laporan penelitian ini.
3. Ns. Cecilia Indri Kurniasari, M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing yang telah dengan penuh kesediaan meluangkan waktu, tenaga, dan pemikiran dalam memberikan bimbingan kepada saya selama proses penyusunan laporan penelitian ini.
4. Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., PhD NS Selaku dosen penguji yang dengan penuh kesediaan telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikiran untuk memberikan masukan berharga kepada saya pada saat ujian sidang laporan hasil skripsi.

5. Kepada Dinsos DIY yang sudah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di BPSTW Abiyoso
6. Pihak perawat di BPSTW Abiyoso yang sudah memberikan izin, untuk melakukan expert serta melaksanakan kegiatan penelitian selama 3 hari beturut-turut
7. Saya juga menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada para lansia di BPSTW Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden penelitian ini. Partisipasi, kerjasama, dan kesediaan Bapak/Ibu dalam mengikuti seluruh rangkaian penelitian sangat berarti bagi kelancaran dan keberhasilan penyusunan laporan ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peningkatan kualitas kesehatan lansia.

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari sempurna dan memiliki berbagai keterbatasan, baik dari segi pengetahuan, pengalaman, maupun waktu yang tersedia. Dengan kerendahan hati, penulis mengharapkan masukan dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak, sehingga pada kesempatan berikutnya karya serupa dapat disusun dengan lebih baik, lengkap, dan sesuai kaidah ilmiah. Apabila terdapat kekeliruan dalam penyusunan kata, kalimat, ataupun isi dalam laporan ini, penulis memohon maaf yang setulus-tulusnya.

Penulis

Ni Made Gangga Ayu Sari